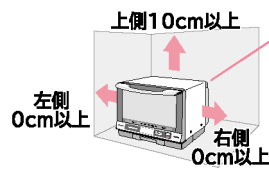
日立過熱水蒸気オーブンレンジ　型式 MRO-LV300

カンタンご使用ガイド

詳しくは「取扱説明書」をご覧ください。
➔ P.OO このマークは「取扱説明書」の記載ページです。

初めてお使いになるときの準備

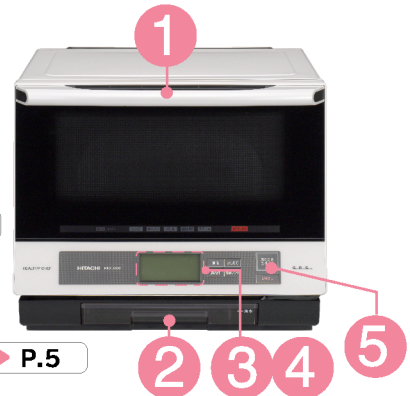
1 右図にしたがって設置し、アースを取り付ける

安全上のご注意 ➔P.10~15 をお読みになり正しく設置してください。

本体の両側面と背面は、壁や家具などにぴったりつけても大丈夫です。

周囲の保護のために

周囲が熱に弱い壁材や家具でない場所に据え付けてください。背面の壁がガラスの場合、温度差で割れるおそれがあるので、20cm以上あけてください。左図の距離をあけても、排気で汚れたり結露することがあります。距離をさらにあけるか、壁面側にアルミホイルを貼ると汚れや結露を軽減できます。

2 トリプル重量センサー(GPS)の「0点調節」をする

1. 電源プラグをコンセントに差し込み、一度ドアを開ける
   電源が入り、表示部に「初期画面」が表示されます。
2. 加熱室底面にテーブルプレートをセットする(「テマエ」刻印を手前に)
3. ドアを閉めて お手入れ・設定 0点調節 をタッチし、あたため スタート を押す
   「ピッ」とブザーが鳴り、数秒後、重量センサーの0点調節が終了します。➔ P.5

3 空焼き(脱臭)をする

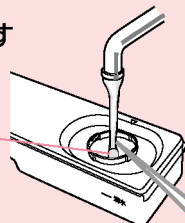
1. テーブルプレートを外す
2. 空焼き(脱臭)をする(お手入れ・設定 脱臭 をタッチし、あたため スタート を押す) ➔ P.5

1 2 3 4 5

オート調理の使いかた(027 牛肉の塩釜焼き)

1 ドアを開けて、食品をのせたグリル皿を入れ、ドアを閉める

2 水道水を給水する

1. 給水タンクを本体から引き出す
2. 給水口ふたを開いて給水する
   給水口内の棒（満水ゲージ）先端までで満水です。（水平にして確認する）

3. 給水口ふたを閉める
4. 給水タンクを本体にセットする
   周囲のレッグカバーと同じ位置まで押し込みます。

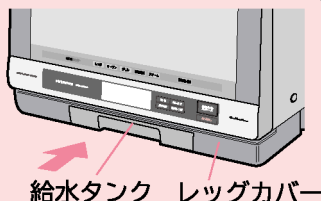
3 料理集から 、 調理分類 、 焼き物 の順にタッチする

4 肉 をタッチし、 次 、 牛肉の塩釜焼き の順にタッチする

5 あたため スタート を押してスタートする
終了音が鳴ったら 食品を取り出す

6 使用後はお手入れ、水抜きをする

トリプル重量センサーの0点調節のお願い

●日常ご使用の際も、ときどき0点調節を行ってください。
調理を上手に仕上げるためです。➔ P.5

ドアを開けると電源が入ります

電源プラグをコンセントに差し込んだだけでは電源が入りません。

電力を節約するため、ドアを閉めて約10分間操作が無いと自動的に電源を切り、表示部の「初期画面」も消え、ボタンを押しても受け付けません。ドアを開閉すると電源が入り、表示部に「初期画面」が表示され、ボタンを受け付けます。

お願い

●使用する水は塩素消毒された水道水をご使用ください。
なお硬度の高い水を使用した場合は、カルキ(白い粉)が噴出したり、長期間使用するとスチーム噴出口が詰まることがあります。噴出口が白く付着が目立つようであれば、国内産のミネラルウォーターをおすすめします。また下記の水を使うときは、カビや雑菌が発生しやすくなるため、毎回給水タンクを洗ってください。

- ・浄水器の水　・アルカリイオン水
- ・ミネラルウォーター　・井戸水など

加熱室奥面の穴の中が、明るくなったり、暗くなったりします。加熱室の温度を一定にするため、熱風ヒーターの通電を断続します。

●調理終了後は給水タンクの残水を捨て、パイプの水抜きを行ってください。➔ 本書P3「パイプの水抜き」
●加熱室の温度が冷えてから、加熱室内に付着した水滴をふき取ってください。

手動調理の使いかた ➔ P.71～85

オート調理の操作方法

オートメニューは調理分類、メニュー番号、材料から選ぶことができます。

調理分類からメニューを選ぶ

焼き物、焼き蒸し、揚げ物、自家製食品などの調理分類からメニューを選ぶことができます

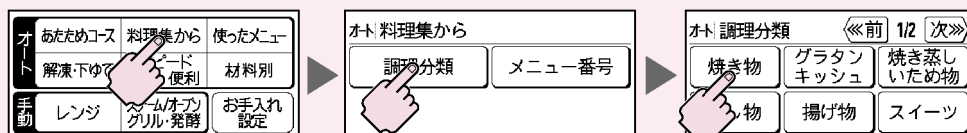
例:022ハンバーグを選択した場合

ドアを開けると電源が入ります

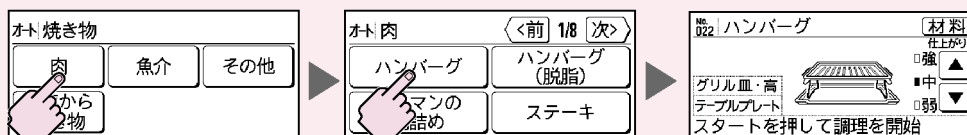
準備
メニューに合った付属品と食品を入れ、ドアを閉める
スチームを使うメニューは給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする

※メニューによって使う付属品が異なります。操作手順や料理集、液晶画面のイラストに従い、正しくセットしてください。

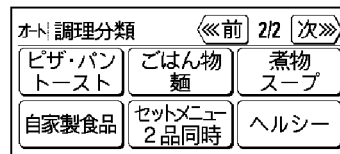
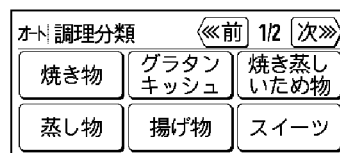
オート調理で使う付属品一覧 ➔P.21～32

1
料理集から、調理分類 をタッチし、焼き物 をタッチする

2
肉 をタッチし、ハンバーグ をタッチする

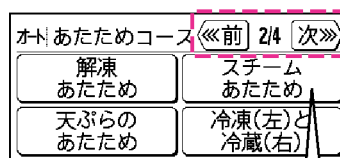
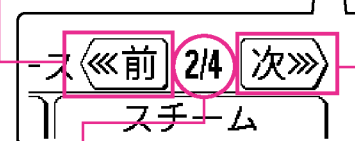
仕上がり調節をするときは ➔P.37

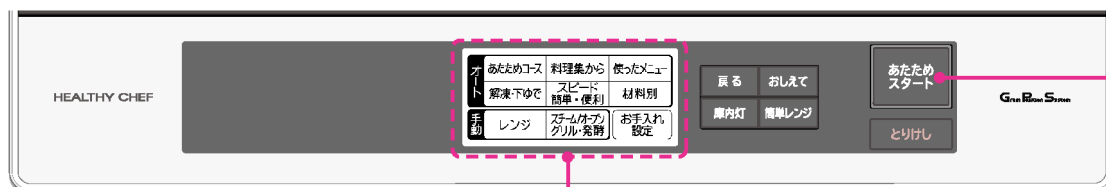
3
あたため スタート を押してスタートする

終了音が鳴ったら食品を取り出す

その他の調理分類の選択方法

前 次 でページ移動

ページの移動方法

メニュー選択画面などで、ページが複数ある場合は、画面右上の 前・次 をタッチすることでページを移動することができます。

※1ページのみの場合は表示されません

メニュー番号からメニューを選ぶ

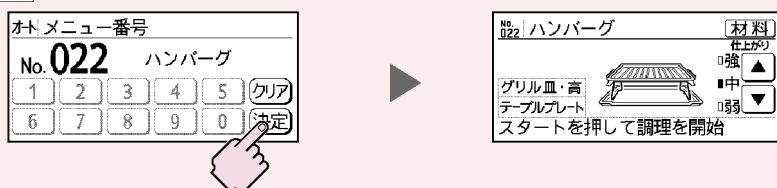
クッキングガイドに記載されているメニュー番号からメニューを選ぶことができます。

例: 022ハンバーグを選択した場合

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

準備 **メニューに合った付属品と食品を入れ、ドアを閉める スチームを使うメニューは給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする**

※メニューによって使う付属品が異なります。操作手順や料理集、液晶画面のイラストに従い、正しくセットしてください。

オート調理で使う付属品一覧 ➔ P.21～32

1 料理集から、メニュー番号をタッチし 0、2、2 をタッチする

2 を2回タッチし、決定 をタッチしてもメニューを選択できます。

※一桁のメニュー番号の場合、「一桁の数字」→決定 でメニューを表示することができます。

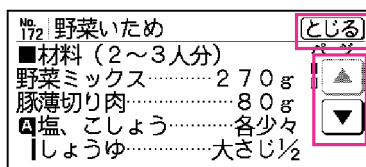
2 決定 をタッチする

仕上がり調節をするときは ➔ P.37

3 あたため スタート を押してスタートする

終了音が鳴ったら食品を取り出す

材料の表示方法

メニュー画面の右上に表示されている材料をタッチすることにより材料を確認することができます。

「とじる」を押すとメニュー画面に戻ります
「▲」「▼」を押すと材料ページを移動します
ボタンの色が薄い場合、操作はできません

材料別 からメニューを選ぶ

●肉類、魚介類、卵・豆腐、野菜類、米・麺・小麦粉類、乳製品の材料からメニューを選ぶことができます。

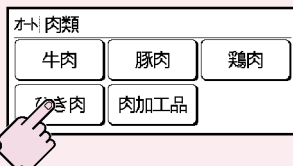
お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

準備 **メニューに合った付属品と食品を入れ、ドアを閉める**
スチームを使うメニューは給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする

※メニューによって使う付属品が異なります。
操作手順や料理集、液晶画面のイラストに従い、正しくセットしてください。

オート調理で使う付属品一覧 → P.21～32

1 材料別 をタッチし、肉類 をタッチする

2 ひき肉 をタッチする

3 ハンバーグ をタッチする

仕上がり調節をするときは → P.37

4 あたため スタート を押してスタートする

終了音が鳴ったら食品を取り出す

使ったメニュー からメニューを選ぶ

●最近使ったメニューが自動で記憶されます。(最大20メニュー)
ご家庭の定番メニューを選ぶとき便利です。

お知らせ ドアを開けると電源が入ります。

準備 **メニューに合った付属品と食品を入れ、ドアを閉める**
スチームを使うメニューは給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする

※メニューによって使う付属品が異なります。
操作手順や料理集、液晶画面のイラストに従い、正しくセットしてください。

オート調理で使う付属品一覧 → P.21～32

1 使ったメニュー をタッチする

2 ハンバーグ をタッチする

※ ハンバーグ を使ったことがなければ、使ったメニュー には表示されません。

仕上がり調節をするときは → P.37

3 あたため スタート を押してスタートする

終了音が鳴ったら食品を取り出す

■ 使ったメニュー は最近使った20メニューを記憶しておくオートメニューです。
■ 使ったメニュー は「仕上がり調節」の設定を記憶しています。
■工場出荷時には、メニューは記憶されていません。
■ 使ったメニュー の内容を消去したい場合は「使ったメニューを全消去する」を参照する。→ P.87

知っておいていただきたいこと

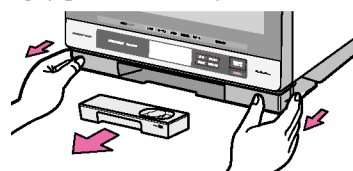
下記の内容に十分ご注意いただき、ご使用ください。

パイプの水抜き ➔ P.90

1. テーブルプレートをセットして、ドアを閉める
2. 表示部の「初期画面」を確認し、給水タンクを本体から引き抜く
3. お手入れ･設定 をタッチし、パイプ水抜き をタッチする
4. あたためスタート を押してスタートする

終了音が鳴ったら水抜き完了

レッグカバーのお手入れ ➔ P.88

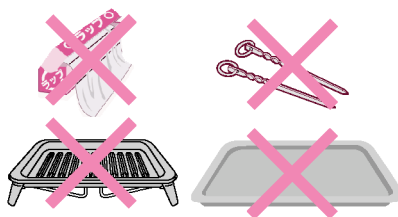
●レッグカバーはスチーム調理など、水蒸気が結露したときの露受けです。こまめにお手入れしてください。
給水タンクを外してから、左右前方のくぼみに指をかけて、上方にかるく持ち上げながら手前に引いて外します。

給水タンクを外してから

※セットするときは、確実に奥まで押し込んでください。（確実にセットしないと、水もれやスチーム不足の原因となります。）

肉や魚の解凍はトレーのままで

●包装を外し、トレーのままテーブルプレート中央にのせてください。
●半解凍（七～八分解凍）状態に仕上げます。
（解凍後3～5分放置して、自然解凍する）
●分量の目安は100～1000g
●グリル調理･オーブン調理の後は加熱室が熱くなっているのでドアを開けて冷ましてから使ってください。➔ P.64､65

レンジ加熱で黒皿やグリル皿、グリル皿ふたなどを使わない

●付属の黒皿や金属の調理道具（アルミホイル･金ぐしなど）を使わないでください。➔ P.35
（付属のグリル皿、グリル皿ふたはクッキングガイドに記載の使いかたに限り使えます。）➔ P.20～32

食品の分量にあった容器の大きさ

●容器の大きさは、食品を入れたとき、八分目くらいになる大きさが適当です。
●適合する容器が無いときは、「手動調理（レンジ加熱）」で様子を見ながら加熱してください。➔ P.72､73

2個以上の食品の同時あたため

■オート調理で同じ食品を2個以上同時にあたためる場合は、食品の分量や容器の大きさ･重さを同じくらいにします。

■お総菜は少し間を離して、飲み物は中央に寄せて置きます。

■オート調理で保存温度や種類の異なる食品を2品同時にあたためる場合
•常温と常温、常温と冷蔵、冷蔵と冷蔵の2品同時あたためは 001あたため ➔ P.54
•冷凍と冷蔵の2品同時あたためは 008冷凍（左）と冷蔵（右） ➔ P.55
•上記以外の食品は手動調理（レンジ加熱）で様子を見ながらあたためます。➔ P.72､73

⚠突然の沸とうに注意 ➔P.13

●飲み物（水、牛乳、お酒、コーヒー、豆乳など）やカレーやシチューなどとろみのある物、油脂分の多い生クリーム、バターなどは、加熱中や加熱後に、突然、沸とうして飛び散り、やけどのおそれがあるので注意する。

●開口が細い容器は特に注意し、小さなカップ、マグカップも注意する。

●飲み物は加熱前と加熱後にかき混ぜる。

⚠やけどに注意

●オーブン調理・グリル調理・スチーム調理およびお手入れの脱臭と清掃の後は、本体（ドア、キャビネット、加熱室とその周辺）に触れない。

こんなときは

こんなときは故障ではありません、次のことをもう一度確認してください。

修理を依頼される前に次の点および取扱説明書をもう一度お調べください。➔P.91〜97

現　象	原　因
電源が入らない 時々電源が入らない	●ドアを開閉し、表示部に「初期画面」が表示されボタンやタッチ操作を受け付けるか確認してください。（待機時消費電力オフ機能が働くと表示部の表示が消え、ボタンを受け付けません）
液晶タッチパネルをタッチしても動作しない	●操作する手に手袋やばんそうこうをしてタッチしていませんか。つめでタッチしていませんか。液晶タッチパネルのボタンを操作するときは指でタッチしてください。 ●隣のボタンを同時にタッチしていませんか。意図しない操作を防止するため、2つのボタンを同時に触れたときは受け付けません。 ●液晶タッチパネルに汚れや水滴、中性洗剤が付着していませんか。液晶タッチパネルが汚れているとボタンに指が触れたと認識できず、動作しないことがあります。汚れをふき取ってください。
オーブン予熱中に庫内灯が消灯している	●予熱中は節電のため庫内灯を消灯しています。 予熱中に加熱室内の様子を見たいときは［庫内灯］を押すと約5秒間庫内灯が点灯します。
冷凍したごはんなどがうまくあたたまらない	●トリプル重量センサー（GPS）の「0点調節」をしてください。➔P.5 ●［002冷凍ごはん］でプラスチックの容器またはラップに包んで加熱してください。 ●［005解凍あたため］で加熱するときは必ず容器（平皿）にのせて加熱してください。容器の大きさは、食品を入れたとき、八分目くらいになる大きさが適当です。
レンジのとき火花（スパーク）がでる	●黒皿（黒色ホーロー皿）やグリル皿を入れ、［レンジ］で加熱していませんか。 ●加熱室壁面やテーブルプレートに食品くずがついていませんか。
スチームが見えない	●オーブン運転時は高温になっているためスチームが見えない場合があります。また、オート調理は、メニューによってスチームの量が異なります。スチーム発生時は「スチーム」「過熱水蒸気」が点灯します。
加熱中、表示部やドアがくもったり、水滴が落ちる	●メニューによって食品から出た水分が水蒸気となり、表示部やドアの内側がくもることがあります。ドアの内側などに露がつき、床に落ちたときは、ふきんでふき取ってください。
加熱室内に白い粉が付着する	●白い付着物の成分は水道水に含まれるミネラル分（カルシウム、マグネシウム）が蒸発して残った物です。ミネラル分は有害ではありません。固く絞ったぬれぶきんでふき取ってください。
調理が終了してもファンの風切り音がする	●繰り返して調理した後（合計時間8分以上の場合）や、［とりけし］を押したとき、電気部品を冷却するためファンが3分間回転する場合がありますが故障ではありません。冷却が終了するとファンは自動的に停止します。